



THEME : HYPERGLYCEMIE

Séquence éducation de groupe

- **Groupe**: 10 patients maximum
- **Durée** : 45 mn
- **Animateur** : Infirmier(e) ou médecin.
- **Objectif général** : Réagir de manière adaptée devant les différentes situation d'hyperglycémie
- La séance est découpée en six petites séquences.
(le temps imparti à chaque séquence est approximatif, chaque soignant pourra l'adapter au groupe de patients)

En italique, questions posées par l'animateur

Ce document, est composé de trois colonnes :

Colonne objectifs	Colonne messages	Colonne méthodes
Les objectifs formulés sont les objectifs <u>pour le patient</u>, c'est-à-dire le <u>sujet apprenant</u>	Les messages, sont les messages clés, à retenir par les patients	Suggestion d'une méthode pédagogique Utilisable par le soignant

Ce document peut être une aide également lors d'éducation individuelle
Il peut être utilisé à votre convenance. L'intérêt étant de se l'approprier.

Objectifs	Messages	Suggestion de Méthodes
<p>Reconnaître une hyperglycémie préoccupante dans l'immédiat (5 mn)</p>	<p>Glycémie supérieure à 2,50 g/l</p>	<p>Question de l'animateur : <i>A quel taux peut-on considérer que la glycémie est trop élevée?</i> Tour de table ou réponse libre, à noter au tableau</p>
<p>Analyser la situation d'hyperglycémie (5 mn)</p>	<p>S'interroger sur : La diététique (gueuleton) L'activité physique (stoppée) Le traitement (oubli) Le stress (contrariété importante)</p>	<p>Dessiner une page de carnet au tableau, inscrivez des glycémies élevées qui se rétablissent rapidement, on peut rajouter les évènements susceptibles d'entraîner cette élévation : les faire citer aux patients. On peut aussi utiliser 2 transparents à superposer, le 1° avec les chiffres uniquement, le 2° avec les raisons d'une augmentation de la glycémie</p>
<p>Surveiller l'évolution de cette hyperglycémie (5 mn)</p>	<p>Si aucune cause n'est détectée Redoubler de vigilance (contrôles glycémiques renforcés, 6/jour) Si hyperglycémie persistante, Consultez votre médecin Sachez que votre traitement devra être réadapté de manière régulière au cours de l'évolution de la maladie.</p>	<p>Mettre en parallèle avec la précédente, une page de carnet avec plusieurs glycémies élevées sur trois à quatre jours (transparent) But : intensifier le nombre d'ASG pour confirmer l'hyperglycémie, et réagir de manière adaptée</p>

Identifier, agir et gérer la cause d'une hyperglycémie qui se confirme sur plusieurs jours		
Objectifs	Messages	Méthode commune à ces objectifs : tracer Trois colonnes au tableau
<p>Se rappeler : la glycémie c'est le baromètre de ma santé.</p>	<p>L'hyperglycémie peut être la conséquence d'une maladie :</p> <p>Soit évidente : (fièvre, grippe, angine etc.) Soit indolore et inexpiquée Tout traitement à la cortisone peut aussi entraîner une augmentation de la glycémie</p>	<p>Lister dans <u>la première colonne</u> les exemples cités par les patients <i>Chacun peut essayer de se souvenir d'un moment ou il a été déséquilibré</i> Guider le groupe pour compléter. Ecrire au fur et à mesure au tableau</p>
<p>Appliquer sans tarder la bonne conduite à tenir</p>	<p>L'hyperglycémie se confirme Se poser quelques questions :</p> <p>Prendre sa température Boire abondamment Contrôler ses urines avec une bandelette Dans tous les cas consulter votre médecin.</p>	<p>Lister <u>dans la deuxième</u> colonne les mesures a prendre. A faire trouver et citer par le groupe</p>
<p>gérer chaque situation telles que :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vomissements - Manque d'appétit - Essoufflement - Fièvre 	<p>Votre traitement : Si vous prenez des comprimés de sulfamides : Arrêtez-les de suite , car vous risquez de faire des hypoglycémies. L'insuline : Ne l'arrêtez pas. L'organisme stressé en aura encore plus besoin. Il faudra sûrement l'adapter Dans tous les cas, manger soupes ou bouillons avec féculents</p>	<p>Ecrire dans la troisième colonne Les mesures à prendre dans l'immédiat dans ces situations</p>

1 ^{ère} Colonne	2 ^{ème} Colonne	3 ^{ème} Colonne
<p>JE ME SOUVIENS D'UNE SITUATION DE DESEQUILIBRE</p>	<p>COMMENT JE REAGIS JE ME QUESTIONNE</p>	<p>MOYENS A METTRE EN ŒUVRE IMMEDIATEMENT</p>
<p>Je ne me sentais pas bien Les glycémies montaient régulièrement</p>	<p>Est-ce que j'ai de la fièvre ?</p>	<p>Je prends ma température Je bois suffisamment.</p>
<p>Je vomissais et ne pouvais rien manger</p>	<p>J'essaie d'identifier d'autres symptômes :</p>	<p>Je consulte mon médecin Arrêt des sulfamides avant repas si impossible de manger. Ne pas arrêter l'insuline!</p>
<p>J'étais de plus en plus essoufflé, je ne pouvais plus faire mon activité physique habituelle, les glycémies montaient !</p>	<p>Maux de tête ou ailleurs ?</p>	<p>Essayer de prendre des potages avec des féculents (vermicelle, pommes de terre mixées)</p>
<p>Un matin au réveil ma glycémie était très élevée, cela a duré toute la journée, le lendemain tout était rentré dans l'ordre</p>	<p>Est-ce que je me sens essoufflé ? Est-ce que je me sens très fatigué ?</p>	<p>Consulter dès que possible son médecin</p>
<p>J'avais des douleurs très importantes au niveau d'un genou, le rhumatologue m'a fait une infiltration,</p>	<p>Est-ce que je ressens des douleurs thoraciques ?</p>	<p>Si je fais toujours une activité physique, je l'arrête et je vais consulter mon médecin</p>
<p>Dés le lendemain les glycémies étaient très élevées</p>	<p>Est-ce que je suis allé au restaurant la veille au soir ou j'ai trop mangé ?</p>	<p>Je reprends mes habitudes alimentaires Je ne saute surtout pas de repas</p>
	<p>Est-ce que j'ai interrompu l'activité physique ?</p>	<p>Je fais davantage de contrôles glycémiques jusqu'à 6 par jour.</p>
	<p>Est-ce que j'ai pris de fortes doses de corticoïdes ?</p>	<p>Je vais voir mon médecin pour adapter mon traitement à cette situation</p>